

# Medische Trainings Therapie "Dijkcentrum"

Fysio therapie  
Arbo advies  
Sport  
Training  
Ergonomie  
Revalidatie

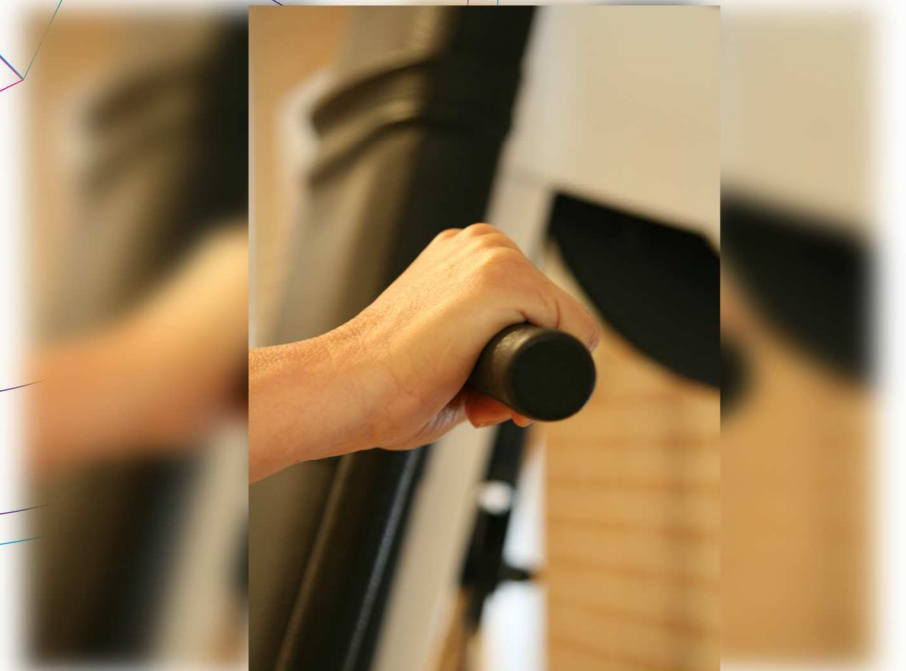
Onder begeleiding conditie, mobiliteit  
en spierkracht verbeteren

**FysioFaster**  
kompas naar optimaal bewegen



Meer informatie:

Faster  
Plantagelaan 1  
4631 CS Hoogerheide  
0164-612274  
[info@zwembaddeplantage.nl](mailto:info@zwembaddeplantage.nl)



## Medische Trainings Therapie

MTT is een conditieverbeterende, spierversterkende en functieverbeterende oefenvorm speciaal geschikt voor:

- Mensen die klachten krijgen bij lichamelijke inspanning tijdens of na alle andere vormen van sport of werkomstandigheden.
- Mensen die chronische klachten hebben waarvoor door arts of fysiotherapeut geadviseerd wordt meer aan bewegingsvormen te gaan doen om het lichaam toch in conditie te brengen en/of te houden.

Onder begeleiding van een speciaal voor dit doel opgeleide fysiotherapeut werkt u aan het verbeteren of op peil houden van uw kracht/conditie/lenigheid d.m.v. een training die aansluit op uw mogelijkheden. Het trainingsprogramma kan een preventieve werking hebben of als aanvulling op de gevolgde rug- of nekscholing.

Alvorens u start met deze bewegingsvorm, wordt er door deze fysiotherapeut verplicht een bewegings/ functie onderzoek en conditietest uitgevoerd tenzij gegevens overdracht vanuit FysioFaster plaats vindt.

Met deze gegevens en uw trainingsdoelstelling wordt een persoonlijk trainingsschema opgesteld.

## Trainingstijden MTT:

Dinsdag	17.30-18.30 uur
Woensdag	10.00-11.00 uur
Woensdag	16.00-17.00 uur
Vrijdag	14.30-15.30 uur

## Tarieven:

Deelname 1X per week	€ 33,50 per maand
Deelname 2X per week	€ 52,50 per maand.
Enmalig inschrijfgeld	€ 12,=
Functie/bewegingsonderzoek	€ 21,=

We verrekenen alles per automatische incasso.

Meer informatie:

Tel.:0164-612274 [info@fysiofaster.nl](mailto:info@fysiofaster.nl) [www.fysiofaster.nl](http://www.fysiofaster.nl)